

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa, dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat hubungan negatif yang cukup signifikan antara kontrol diri dengan perilaku seksual mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi perilaku seksual mahasiswa begitu juga sebaliknya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku seksual mahasiswa.
2. Kontrol diri memiliki nilai sumbangan efektif sebesar 3,6% pada perilaku seksual dan 96,4% dipengaruhi oleh faktor lain.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka beberapa saran yang dapat peneliti berikan adalah:

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan untuk mampu mengoptimalkan dan mempertahankan kontrol diri agar terhindar dari hal-hal yang tidak diinginkan terutama yang berhubungan dengan perilaku seksual. Kontrol diri dapat ditingkatkan dengan cara memilih lingkungan pergaulan, berkomitmen untuk melakukan hal-hal yang bermanfaat dan melakukan aktivitas yang positif.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian serupa diharapkan dapat menganalisa kembali kekurangan pada penelitian sebelumnya seperti pembagian skala kepada subyek dengan waktu yang tepat, instruksi yang tertulis didalam skala maupun lisan secara tegas, dan pernyataan yang jelas dan tepat.
- b. Pembagian skala kepada subyek sebaiknya diberikan saat subyek sendirian atau tidak berkumpul bersama temannya. Hal ini memungkinkan jawaban yang diisi subyek tidak dengan keadaan sebenarnya dikarenakan menjaga *image* atau citra dari teman-temannya.

